



Comuni di:  
Loiano  
Monghidoro  
Monterenzio  
Ozzano dell'Emilia  
Pianoro

# Unione dei Comuni Savena-Idice

Area welfare

## INFORMAZIONI E SUGGERIMENTI SU COME CONTENERE I RISCHI DELLE

### “ONDATE DI CALORE

Anche quest'anno è opportuno ricordare le norme utili a limitare gli effetti negativi sulla salute, soprattutto delle persone anziane, da parte delle cosiddette “ondate di calore” e contestualmente esplicitare le misure atte a preservare la qualità dell'aria dell'ambiente domestico, limitando i rischi dovuti a contagio da coronavirus.

Per ridurre il più possibile i rischi connessi a queste situazioni, le Amministrazioni Comunali hanno creato una rete di protezione per gli anziani soli e con problemi di salute, in collaborazione con la Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria di Bologna, l'Azienda USL di Bologna e l'Agenzia Regionale per la Prevenzione, l'Ambiente e l'Energia (ARPAE) dell'Emilia-Romagna.

In particolare, nei Comuni afferenti all'Unione dei Comuni Valle Savena- Idice gli anziani potranno contattare i riferimenti riportati, a seconda del proprio comune di residenza:

- Comune di Pianoro: Sportello Sociale tel 051/6529163
- Comune di Ozzano: Sportello Sociale tel 051/791385
- Comune di Monghidoro: Sportello Socilae tel 051/6555639
- Comune di Monterenzio: Sportello Socilae tel 051/6548924
- Comune di Loiano: Sportello Sociale tel 051/6543606

Inoltre, su tutto il territorio dell'Azienda USL, è **attivo dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 18.00 e il sabato dalle 8.30 alle 13.00, un numero verde gratuito:**

**800562110**

al quale è possibile **chiedere informazioni e suggerimenti** su come comportarsi e sulle risorse offerte dalle strutture pubbliche e dal volontariato per aiutare gli anziani.

Particolare attenzione va prestata nei confronti dei bambini molto piccoli, degli anziani con patologie croniche (ad esempio i diabetici che devono assumere insulina o i soggetti con scompenso cardiaco), di chi ha difficoltà ad orientarsi nel tempo e nello spazio e delle perso-

*Unione dei Comuni Savena-Idice*

Viale Risorgimento n. 1 40065 Pianoro

C.F./P.I. 02961561202 – [www.uvsi.it](http://www.uvsi.it) – tel:0516527711- fax 051774690

PEC: [unione.savenaidice@cert.provincia.bo.it](mailto:unione.savenaidice@cert.provincia.bo.it)

ne non autosufficienti. Attenzione anche per gli anziani che vivono da soli e le persone che lavorano all'aperto o in ambienti in cui c'è produzione di calore.

L'ondata di calore provoca vari disturbi, tra i quali la diminuzione della pressione del sangue, dando luogo ad un senso di debolezza, vertigini, annebbiamento della vista. È utile in questi casi sdraiarsi e sollevare i piedi, ed eventualmente rivolgersi al proprio medico curante.

**Di seguito si riportano le precauzioni suggerite dall'Azienda USL da adottare in caso di ondate di calore e le raccomandazioni per prevenire e limitare l'inquinamento dell'aria indoor e il diffondersi dell'epidemia:**

- bere molto e spesso anche quando non si ha sete, salvo diverso parere del medico, evitando bibite gassate o contenenti zuccheri e in generale le bevande ghiacciate o fredde;
- evitare alcol e caffeina;
- fare bagni o docce con acqua tiepida per abbassare la temperatura corporea;
- evitare di uscire nelle ore più calde della giornata (dalle 11 alle 18).
- utilizzare climatizzatori regolando la temperatura dell'ambiente con una differenza di non più di 6/7 gradi rispetto alla temperatura esterna. In questi casi si consiglia di aprire finestre e balconi per pochi minuti più volte al giorno per favorire il ricambio dell'aria.
- Si raccomanda di pulire regolarmente le prese e le griglie di ventilazione e di eseguire la pulizia dei filtri almeno una volta al mese.
- se si usano ventilatori per far circolare l'aria, non rivolgerli direttamente sul corpo.
- garantire un buon ricambio d'aria in tutti gli ambienti, aprendo frequentemente le finestre, scegliendo quelle più distanti dalle zone trafficate.
- Favorire il mantenimento di idonee condizioni microclimatiche degli ambienti: la temperatura ideale è compresa tra i 24 e i 26°C con un tasso di umidità non superiore al 50%
- per le pulizie quotidiane delle abitazioni va posta particolare attenzione alle superfici toccate più frequentemente (ad es. porte, maniglie delle porte e finestre, tavoli, interruttori della luce, servizi igienici).

In ogni caso, i servizi sopra indicati, ed in particolare il numero telefonico gratuito, sono sempre a disposizione per ogni esigenza di informazioni o di richiesta di supporto.